Llámanos +34 915 35 89 27

Martina Rua viaja desde Buenos Aires, Argentina

«Te ofrezco todas las herramientas que necesitas para desarrollar tu propia creatividad y llevarla a otro nivel. Innova, sé diferente y consigue todo lo que te propongas.»

Martina Rua recibió el Premio Accenture de Periodismo de Innovación y en 2020 fue nombrada HRInfluencer top100 Latinoamérica.

Conferencias

CÓMO DOMAR TUS PANTALLAS. BIENESTAR Y DETOX DIGITAL PARA LA ERA CONECTADA.

En un presente cada vez más mediado por la tecnología, se busca trabajar sobre su uso en nuestras vidas y trabajos.

Temas que trabaja:

- ¿Qué es bienestar digital y cómo gestionarlo?
- El uso balanceado, crítico e intencional. Tres dimensiones, en base a la definición de grupos de científicos (agencia, capacidad y relación)
- Conectividad equilibrada
- Funciones extractivas de atención, dark patterns o por qué no te puedes desenganchar del móvil
- Netiqueta. Qué es y cómo desarrollarla.
- Valor en la desconexión, FOMO vs JOMO
- Trabajo remoto híbrido
- ¿Es una adicción o no?
- Cómo va cambiando nuestra relación con la tecnología a lo largo de los años

CÓMO FABRICAR TIEMPO.

Trabajar la productividad personal, el manejo del tiempo, el trabajo en equipo y las habilidades personales en torno al foco, priorización y energía e identificar los obstáculos y amplificadores.

Tiempo: Empezamos pensando qué significa el tiempo y cómo lo usamos, qué nos preocupa y cómo lo ocupamos. A través de objetos y sonidos reflexionamos sobre cómo elegimos usarlo. Compartimos algunos conceptos de cómo son las 24hs para una persona en lo que a energía, productividad, descanso, vigilia y picos de productividad, se refiere.

Foco y distracciones: Conceptos sobre atención, foco e ignorancia selectiva.

Notificaciones permanentes. Uso del mail y mensajeros, cómo y cuando.

Técnicas para hacer foco (flow): Procrastinación y sus consecuencias, técnicas para evitarla SMART, unitasking.

Reuniones y encuentros: Ideas de mejora para reuniones dentro del equipo. Propuestas a partir de las ideas: definir tipo de reuniones, número de asistentes, roles, definiciones previas, durante y post reuniones. Reuniones asiduas y repetitivas, técnica para sistematizarlas y que sean más satisfactorias. Retrospectiva y modelo de estrella de mar.

Trabajo Remoto: filosofía, herramientas, autonomía, acuerdos, etc.

Priorización más agenda común del equipo e inter equipos: Trabajamos con dos ejes en los que veremos cuáles son las tareas de alto y bajo impacto y cuáles son las de alto y bajo esfuerzo, para reconocer cómo estamos priorizando el tiempo y si está alineado con la estrategia. Definimos una agenda común intra e inter equipo y personal. Sincronizar con el entorno.

Balance general. Tiempo de desarrollo en todos los ámbitos de la vida, cómo medirlo y darle seguimiento. Compromiso con colegas y comunidad y desarrollo de marca personal. Plan para el mediano y largo plazo.

EL NUEVO TRABAJO. CÓMO RECREAR LA MEJOR ERA HÍBRIDA POSIBLE.

A un año y medio del mayor experimento de la historia de teletrabajo, ya aparecen los primeros estudios y casos sobre lo que ha funcionado y lo que no, de este tiempo remoto. Mientras todas las compañías ensayan nuevos modelos híbridos, se propone un recorrido por todas las tendencias y la evidencia sobre las preferencias de las empresas y empleados, su productividad, balance de vida personal y laboral, colaboración, innovación y creatividad, entre otros temas.

ACTITUD INNOVADORA

El contexto global nos obligó a explorar nuevas formas de seguir adelante. Cómo nos transformó la pandemia, qué habilidades se hacen esenciales y qué puede quedar de este tiempo de aprendizaje para nuestras vidas y trabajos futuros. Cuáles son los nuevos intereses y preocupaciones de la sociedad y cómo vamos a atenderlos desde nuestras propuestas profesionales.

Se utilizan conceptos concretos de innovación a través de ejemplos de adaptación, pensamiento de crecimiento, intrapreneurship, flexibilidad, buenas ideas sin jerarquías, innovación abierta, empatía, creatividad e ingenio y nueva comunicación, todos componentes de la innovación que se ponen en juego y de los que podemos aprender para el presente y para el futuro.

El mensaje general es que se puede innovar en las organizaciones, en sus procesos, roles y relaciones diarias con cambios incrementales y que potencian nuestras habilidades más humanas. Una transformación digital con foco en las necesidades de las personas y la evolución de sus roles profesionales.

Se identifican y se trabajan los componentes de una mentalidad innovadora, se señalan los bloqueantes y los amplificadores para lograrlo.

TITANES, LOS SECRETOS DE INNOVACIÓN DE LAS PRINCIPALES CULTURAS CORPORATIVAS DEL MUNDO.

A través de entrevistas a sus CEOs, equipos directivos globales y a través de la investigación y estudio de

sus culturas corporativas, Martina Rua acerca las estrategias, acciones y mindset de los principales líderes que están cambiando a sus industrias. Cómo deciden, cómo usan su tiempo, en qué ponen el foco, cómo resuelven conflictos, cómo identifican a los líderes, cómo evolucionan en sus negocios y mucho más de la salsa secreta que los hacen distintos. Empresas como ElBulli, Salesforce, Red Hat, Disney, Spotify, Patagonia y más.

Biografía

Martina Rua es periodista y especialista en innovación y productividad, con 22 años de experiencia en la industria de la comunicación. Cursó el Posgrado de Periodismo Digital de la Universidad Pompeu Fabra y Google y la diplomatura en Inteligencia Emocional y liderazgo en la Universidad Siglo XXI.
Imparte clases y cursos de innovación y manejo de tiempo en distintas universidades, escuelas y compañías globales en español y en inglés.

Es columnista del diario La Nación de Argentina desde hace 12 años y coconductora en Radio Metro. Ha entrevistado a los principales ejecutivos globales.

Coautora de los libros *La Fábrica de Tiempo* (Conecta, 2018) y *Cómo domar tus pantallas* (Conecta, 2021), como también del podcast *Cómo fabricar tiempo*. Recibió el Premio Accenture de Periodismo de Innovación.

Dentro de las compañías con las que ha trabajado con equipos de liderazgos globales y regionales se encuentran: Adidas, Bayer, TEDx, British American Tobacco, Danone, Dell, Roche,Samsung, American Tower, Banco Interamericano de Desarrollo (BID), Kimberly Clark y Telefónica entre otras.

Cómo domar tus pantallas

El nuevo libro de dos de los especialistas más reconocidos de la Argentina sobre varios de los temas fundamentales del presente y nuestro futuro inmediato: el impacto de la economía de la atención en nuestras vidas, los nuevos conocimientos necesarios para la organización del trabajo remoto y presencial y una administración equilibrada del uso de la tecnología digital.

Martina y Pablo abordan temas esenciales relacionados con los mayores desafíos del presente, fuente de consultas y ansiedades laborales, sociales y personales.

Justo en el momento en que empezábamos a entender cómo mejorar nuestra relación con las pantallas se desató una pandemia que cambió de la noche a la mañana nuestro día a día. Cuando el home office empezaba a ser una posibilidad real y tentadora para muchos, el destino nos lo impuso. Hoy sabemos que el trabajo será cada vez más remoto y digital y que las plataformas tendrán un impacto mayor en nuestras vidas. Será necesario adquirir distintas

habilidades y ya nos aquejan nuevos malestares: la misma tecnología que nos abrió un mundo de posibilidades puede abrumarnos. ¿Cómo desconectarnos si el trabajo vive en la misma pantalla que nos mantiene comunicados con familiares y amigos? ¿Cómo trazar límites? En otras palabras, ¿cómo recuperar el control de nuestras vidas?